



美味しさあふれる😊

牛肉とタケノコの時雨煮

作り方

1. フライパンにサラダ油を熱し、牛肉と生姜を炒める。
2. 牛肉に火が通ったらタケノコを入れてよく炒める。
3. ★を加え、蓋をして弱中火で5~6分加熱する。
4. 汁気がなくなり、タケノコに味が染みれば完成！

ポイント💡

牛肉高くてぴえん😓て方は豚肉🐷でも大丈夫！

生姜もチューブで代用OK!焦がさないように火加減には注意⚠️

材料(2人前)

牛肩ロース(薄切り)	140g
タケノコ(細切り)	120g
サラダ油	小さじ2
生姜(千切り)	小さじ2
★砂糖	小さじ2
★酒	小さじ1/2
★みりん	小さじ1/2
★濃口醤油	小さじ2
いりごま	適量